Il passo dell'altro

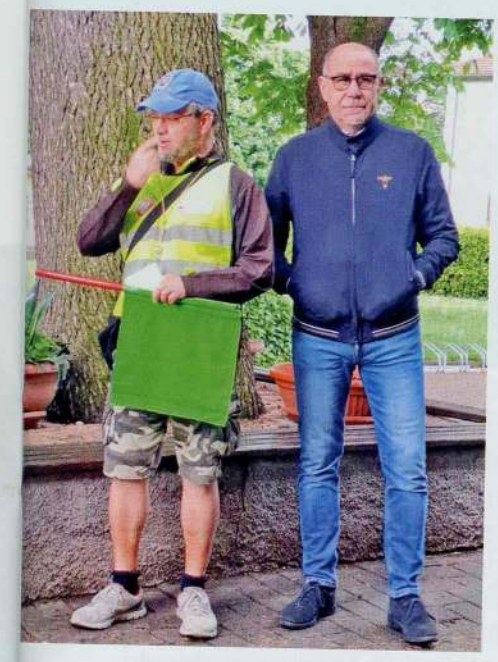
a cura di Giuseppe Bonfanti

Da 16 anni il GCS (Gruppo Cammino Seriate) mette un piede davanti all'altro lungo le strade feriali della bergamasca. Conversazione con il suo referente, Emanuele Cecchinato, sul camminare come cura di sé, scuola di comunità e - quasi senza accorgersene - esercizio di fede.

Prima ancora di essere uno sport, camminare è un gesto elementare: mettere un piede davanti all'altro. Eppure in quel gesto minimo c'è una sapienza antica. Oggi l'orologio al polso ci richiama con un *bip*: alzati, muoviti. Una macchina che ci ricorda ciò che il corpo sapeva da sé.
Un tempo la religiosità popolare lombarda affidava i primi passi dei bambini alla devozione: a san Zeno - Zenù, in bergamasco - o Zenone (martire) a Curnasco di Treviolo, invocato «per far camminare i bambini piccoli», al quale ci si rivolgeva perchè quel corpo minuto trovasse equilibrio.

A Seriate, alle porte di Bergamo, quel gesto ha preso oggi la forma sobria di un gruppo di amici che cammina. Il **GCS (Gruppo Cammino Seriate)** nasce nel 2010 dentro il progetto di prevenzione dell'ATS - «perché prevenire costa meno che curare» - e tiene insieme salute, socialità, territorio. Proprio nel giorno in cui lo incontriamo compie sedici anni e conta circa duecentocinquanta iscritti. Lo presiede **Emanuele Cecchinato**, arrivato nel 2014 e rimasto per tutto il resto: un uomo *vintage* che diffida dei *bip* e che ama ancora i menù di carta nei ristoranti e leggere L'Eco di Bergamo sulla carta, ma ha imparato dai piedi una teologia spicciola e robusta.

Cominciamo dal gesto più semplice. Perché camminare fa bene non solo alle gambe, ma alla vita?
Perché libera la mente. Il nostro motto lo abbiamo scritto dietro la ns. maglietta: «Pota... 'ndà a caminà l'fa bè e l'isvoda la mènt ma a caminà ' nséma l'è òl piò bèl diertiment!!!».



Oggi però è l'orologio intelligente che ci avvisa con un bip. Abbiamo davvero bisogno di una macchina per ricordarci una cosa che il corpo sapeva già?
Guarda, io sono *vintage* (non vecchio ma vintage). Quando in un ristorante mi danno il QR code perché il menù di carta non ce l'hanno... mi alzo e me ne vado. Non è possibile che ci voglia una macchina per ricordarci cose che i nostri vecchi conoscevano bene dalla vita.

Camminare insieme obbliga a tenere un ritmo comune: non troppo veloce, non troppo lento. È anche una piccola scuola di comunità?
E qui nascono i problemi: C'è chi va veloce, chi sta a metà e chi va piano. Noi conduttori (*Walking Leader*, all'inglese) abbiamo lo stesso problema dei preti : c'è un solo W.L. per camminata. Siamo in pochi.... come nelle parrocchie, dove un solo prete fa quattro paesi. È dura per tutte le Associazioni di Volontariato dove i volontari a disposizione sono sempre meno.

C'è una persona che ti è rimasta più impressa?
Una signora che veniva a camminare sempre col suo compagno (lei vedova). Lui è morto a settantacinque anni e Lei non è più venuta (senza l'auto non riusciva ad esserci alla partenza). Però ci sentiamo ancora e mi dice che noi del GCS siamo sempre nel suo cuore.

Nella cultura cristiana il cammino è pellegrinaggio, via, sequela. Ti sembra che anche una camminata feriale, per le strade di Seriate, possa avere qualcosa di spirituale?
Tutti gli anni facciamo la camminata della settimana dell'inclusione con i ragazzi disabili. Non andiamo in giro col crocifisso a fare la processione. Ma con loro la spiritualità c'è sempre: hanno i loro problemi e chissà perché ridono più di noi..... sono bellissimi. Per me, lì, c'è tanto Spirito.

Nel Vangelo di Emmaus Gesù non fa una predica da fermo: si affianca a due che camminano e li ascolta. Quanto conta, nel vostro gruppo, parlare camminando - fianco a fianco, andando nella stessa direzione?
Adesso faccio una battuta: abbiamo tante persone che cadono *mentre camminano*!!! Parlando non guardano dove mettono i piedi: basta un cordolino, e giù. Se volessi fare una mappa della provincia di BG con tutti i posti dove siamo caduti, vedresti tante bandierine sparse in ogni paese. Camminare e parlare è bello.... ma bisogna anche guardare dove si mettono i piedi.

«Riprendere il cammino» si dice dopo una malattia, un lutto, una caduta. Il gruppo aiuta anche a ricominciare?
"I più forti non sono quelli che non cadono mai.... ma quelli che cadono e subito si rialzano". Camminare richiede costanza più che eroismo: la salute non nasce da un gesto spettacolare, ma da un'abitudine fedele. Io stesso, quando sono entrato nel gruppo ho capito che era qualcosa di più della prevenzione: compagnia, socializzazione. Non dico una famiglia.... però quasi.

Quali sono i percorsi più amati? C'è chi parla del «sentiero degli elefanti»: gli animali aprono passaggi a furia di ripassare. Anche le comunità, camminando, tracciano sentieri?
Camminando nei comuni qui intorno (Brusaporto, Albano, San Paolo d'Argon, Trescore, Cenate, Gorle, Grassobbio, etc.) li conosciamo tutti. La particolarità di

Seriate è il fiume Serio, verso il Cassinone: un paesaggio completamente fluviale. La cosa che m'ha colpito di più è stato l'anno della siccità, quando il fiume era sparito. Sparito davvero: non un rivolo d'acqua, e nelle poche pozze rimaste i pesci ammassati, che stavano morendo. A me non interessano le Canarie o i Caraibi.... a me interessa la provincia di Bergamo (ovvero conoscere il territorio in cui vivo).

Gli urbanisti chiamano desire paths - in olandese Olifantenpad - quei tracciati spontanei che nascono dal ripetuto passaggio fuori dai percorsi ufficiali. Imprimono nel territorio una mappa affettiva che nessun progettista aveva disegnato.
Se dovessi invitare una persona sola, stanca, scoraggiata a venire una mattina con voi, che cosa le diresti?
Vieni con noi e prova. Senza tante spiegazioni: vieni, prova, e dopo, se vuoi, ne parliamo.

Qual è il passo più importante che il GCS vorrebbe fare nei prossimi anni?
Continuare a esserci. Con la pandemia, in tanti paesi i gruppi sono spariti; noi abbiamo resistito, ma ci ha dato una bella mazzata - anche nella testa delle persone. Prima si cercava l'aggregazione; adesso una socializzazione che da italiana è diventata quasi nordica, con il distacco. Già esserci è un bel risultato. Pochi e bene, piuttosto che tanti e male.

Alla fine camminare non serve soltanto ad arrivare. Serve a non perdere il contatto con la terra, con il proprio corpo e con gli altri. Nelle parole di Emanuele c'è il Serio in secca, le bandierine dei caduti, la vedova che li ricorda ancora. Eppure proprio lì, nel feriale, affiora ciò che la tradizione cristiana riconosce da sempre: il Risorto si affianca a chi sta già camminando. Al Santuario di Stezzano, dove il GCS passa spesso, sorride la statua di papa Giovanni XXIII, nato qui vicino: l'uomo che disse alla folla «tornando a casa, date una carezza ai vostri bambini e dite loro questa è la carezza del Papa». Lo stesso gesto antico - un bambino sostenuto perché impari il primo passo.
L'enorme distanza tra quella carezza e l'orologio che fa bip dice tutta la posta in gioco. Camminare richiede costanza. E la fede, come la salute, nasce da un'abitudine fedele, ripetuta ogni mattina finché..... diventa un sentiero.

VOCE DI SERIATE

Mensile della Comunità Parrocchiale di Seriate
giugno 2026 | Anno LXX

Cose d'ogni giorno

Cammin facendo